



OPTUM[®]

Member Matters

Invierno de 2019



En Esta Edición

Información sobre Nuevos Servicios

- **Modificación de la Conducta**
- **Tratamiento Diurno**
- **Hospitalización Parcial**
- **Y más**

¿Qué es la Coordinación de la Atención Dirigida?

Centros para Crisis de Idaho

¿Es nuevo en Medicaid?

Introducción a Youth Empowerment Services

Salud Telemental

Campaña *Start with Hello*

© 2019 Optum, Inc. Todos los derechos reservados.

Plan de Salud Mental de Optum Idaho

Cuidando de una persona, una familia, una comunidad a la vez. Cada persona y cada familia sigue su propio camino hacia el bienestar, la salud y la esperanza. Cada comunidad tiene su propia manera de apoyar y ayudar a las personas que viven en ella.

Optum administra los beneficios de salud mental para pacientes ambulatorios de los miembros de Medicaid de Idaho. Nuestro compromiso es contribuir a la transformación del sistema de salud mental para pacientes ambulatorios de Idaho. Para ello, hacemos hincapié en ayudar a las personas a lograr la recuperación en su propio viaje de salud.

Mediante nuestro trabajo conjunto con el estado de Idaho para implementar las metas establecidas por el Estado y concretar cambios eficientes, eficaces y de calidad, lograremos mejores resultados para los habitantes de Idaho y transformaremos el sistema de salud mental.

Optum no recomienda ni avala ningún tratamiento o medicamento, específico o de otra índole. La información se proporciona solo con fines educativos y no pretende brindar asesoramiento médico ni reemplazar de ninguna manera el consejo profesional. Consulte sus necesidades específicas de atención de la salud, tratamiento o medicamentos con su profesional clínico, médico o proveedor de atención de salud mental. Es posible que algunos tratamientos no estén incluidos en los beneficios de su seguro. Verifique con su plan de salud su cobertura de servicios.

Haga una
Conexión

Encuentre un
Proveedor



Por teléfono:

Llame a la Línea de Crisis y Acceso para Miembros de Optum al 1-855-202-0973 TDD/TTY marque 711



En Línea

Visite www.optumidaho.com Haga clic en "Find a Provider" (Encuentre un Proveedor) a la izquierda de la página

Obtenga
Información



En Línea

Live & Work Well (Vivir y Trabajar Bien) es un excelente lugar para encontrar todo tipo de información.

Puede descargar una copia de su manual para miembros, encontrar recetas saludables, aprender a reducir el estrés, hacer ejercicio, meditación y mucho más para apoyar su salud y bienestar.

Visite www.optumidaho.com

Haga clic en "Live & Work Well" (Vivir y Trabajar Bien) en la parte izquierda de la página.



Live & Work Well

¡También está disponible en teléfonos inteligentes!

Nuevos Servicios Lanzados en 2019

Qué hay de nuevo y qué debería saber.

Optum Idaho sigue expandiendo los servicios para el Plan de Salud Mental de Idaho con el fin de ayudar a los miembros de todo el estado a alcanzar una mejor salud mental.

En 2019, se incorporaron seis nuevos servicios para los miembros. Para obtener más información sobre los siguientes servicios, vaya a OptumIdaho.com, haga clic en "Language" (Idioma) y luego en "Español", seleccione "Miembros y Familias", "Centro de Recursos" y haga clic en "Manual para Miembros". También puede llamar a nuestra Línea de Crisis y Acceso para Miembros al 1-855-202-0973.

Consulta y Modificación de la Conducta

Para Niños y Adolescentes

Su proveedor trabaja con usted para desarrollar estrategias destinadas a aprender nuevas habilidades que le permitan

mejorar conductas identificadas. La Consulta y Modificación de la Conducta se pueden realizar en cualquier momento y en cualquier lugar para satisfacer sus necesidades. Por ejemplo, en su hogar, en la escuela y en otros lugares.

Tratamiento Diurno

Para Niños y Adolescentes

Este servicio le brinda atención terapéutica como paciente ambulatorio para cuando usted tiene necesidades graves que requieren más atención que la atención intensiva o de rutina para pacientes ambulatorios. Este servicio puede incluir el desarrollo de habilidades o terapia individual, familiar y de grupo. También podría incluir la administración de medicamentos.

Usted estará en terapia al menos 3 horas por día y puede ser de hasta 5 horas por día. El tratamiento es de 4 a 5 días



por semana. Los proveedores de Tratamiento Diurno coordinan y se comunican con otras agencias, incluso con escuelas, si es necesario.

Servicios Intensivos Comunitarios y en el Hogar

Estos servicios son para niños y jóvenes que tienen necesidades graves en el Programa Youth Empowerment Services (YES). Se usan para aumentar la estabilidad y prevenir que los jóvenes sean retirados del hogar.

Programas Terapéuticos Después de la Escuela y de Verano

Los Programas Terapéuticos Después de la Escuela y de Verano son para miembros niños/adolescentes, y diversas organizaciones comunitarias pueden ofrecerlos para satisfacer las necesidades de los niños en el área.

Estos programas incluyen profesionales de salud mental que trabajan en metas con cada niño en un entorno recreativo o después de la escuela.

Apoyo para Jóvenes

Este servicio es prestado por alguien que vivió la experiencia de tener problemas de salud mental en la niñez o adolescencia, y recibió capacitación específica para aprender a trabajar con jóvenes.

Este grupo le enseña a manejar su tratamiento, se asegura de que usted conozca sus derechos y le ayuda a hablar por sí mismo.



¿Qué es la Coordinación de la Atención Dirigida?

La Coordinación de la Atención Dirigida (Targeted Care Coordination, TCC) es el servicio prestado por una persona capacitada para ayudarle a tener acceso a los servicios y coordinar la atención entre diversos proveedores y agencias.

La Coordinación de la Atención Dirigida está disponible para cualquier miembro de Medicaid menor de 18 años.

El Coordinador de la Atención Dirigida coordinará y facilitará las reuniones del Equipo del Hijo y la Familia (Child and Family Team, CFT) con el fin de crear un plan de servicios centrado en la persona, que incluya servicios y apoyo tanto formales como informales.

El Coordinador de la Atención Dirigida actúa como un guía de la atención para la familia y es responsable de integrar servi-

cios entre proveedores, sistemas y programas.

Un Coordinador de la Atención Dirigida es responsable de:

- Ayudar a la familia a manejarse en el sistema de atención
- Dirigir reuniones del Equipo del Hijo y la Familia con el miembro, la familia y los proveedores involucrados en la atención del miembro
- Relacionar al miembro con servicios y apoyo
- Desarrollar, implementar y supervisar el plan de servicios centrado en la persona del miembro
- Actualizar la evaluación de Necesidades y Fortalezas de Niños y Adolescentes (Child & Adolescent Needs and Strengths, CANS) para el miembro, si lo solicita la clínica tratante.

Novedades para 2020

Más servicios nuevos proyectados

Ahora ofrecemos más servicios, a partir de enero de 2020.

Hospitalización Parcial

La Hospitalización Parcial es un programa estructurado en el que usted asiste varias veces por semana sin pasar la noche en el hospital.

Este programa incluye al menos 20 horas de tratamiento por semana. Hay servicios para jóvenes y para adultos.

Asesoramiento sobre Recuperación

Los Asesores sobre Recuperación pueden haber vivido la experiencia de recuperación de un trastorno por consumo de sustancias y haber recibido capacitación específica para poder brindarle a usted apoyo durante su recuperación. Le ayudarán a crear metas para la recuperación y un plan de recuperación que refleje sus necesidades. Este servicio está disponible para adultos.

Centros para Crisis Ayuda cuando la necesite

Los Centros para Crisis ofrecen servicios de salud mental de emergencia para personas mayores de 18 años que enfrentan una crisis de salud mental o un trastorno por consumo de sustancias.

Una crisis de salud mental es cuando usted tiene problemas de salud mental o trastornos por consumo de sustancias graves y repentinos, y necesita ayuda inmediatamente.

Puede permanecer en un Centro para Crisis hasta 23 horas y 59 minutos. Los servicios que ofrecen incluyen servicios de desintoxicación, intervención y prevención de crisis, un lugar tranquilo para relajarse y ayuda para conectarse con los recursos.

Idaho tiene siete Centros para Crisis por todo el estado, que están abiertos las 24 horas del día y con los cuales usted puede comunicarse por teléfono o en persona.

Direcciones de los Centros para Crisis

Boise

Pathways Community Crisis Center of Southwest Idaho
7192 Potomac Drive
1-833-5-CRISIS (27-4747)

Caldwell

Western Idaho Community Crisis Center
524 Cleveland Blvd. Suite 160
208-402-1044

Coeur d'Alene

Northern Idaho Crisis Center
2195 Ironwood Court
Suite D
208-625-4884

Idaho Falls

Behavioral Health Crisis Center of East Idaho
1650 N. Holmes Ave.
208-522-0727

Lewiston

First Step 4 Life
1002 Idaho Street
208-717-3881

Moscow

Latah Recovery Center
531 S. Main Street
208-883-1045

Orofino

A to Z Family Services
1275 Riverside Avenue
208-476-7483

Pocatello

Southeast Idaho Behavioral Health Crisis Center
100 N 7th Ave N. Ste. 160
208-909-5177

Twin Falls

Crisis Center of South Central Idaho
570 Shoup Ave. W
208-772-7825





Salud Telemental

¿Le cuesta ir a sus citas debido a problemas de salud o de transporte? ¿Vive en una zona rural y no puede encontrar un proveedor cercano?

Optum Idaho está expandiendo el uso de Salud Telemental (Telemental Health, TMH), a lo que también se le llama visitas virtuales, para ayudarle a que usted reciba los servicios de salud mental que necesita.

Las sesiones de Salud Telemental usan un sistema bidireccional en tiempo real para permitir que se realicen las visitas. El sistema es seguro, de manera que su privacidad está protegida.

Usted puede recibir servicios de Salud Telemental en el consultorio de un proveedor, en un hospital o en otro lugar privado y seguro que usted elija, como su hogar.

No necesita ningún equipo especial para una cita de Salud Telemental. Puede usar su teléfono celular y una aplicación segura

que le permitirá hablar con su proveedor.

Las citas de Salud Telemental no son adecuadas para todos. A veces, algunos tratamientos requieren citas en persona. Sin embargo, la Salud Telemental puede ayudarle cuando usted simplemente no puede ir al consultorio de un proveedor.

Optum Idaho revisará su situación para determinar si este servicio es una buena opción para usted y le ayudará a conectarse con un proveedor.

Si quiere obtener más información sobre los servicios de Salud Telemental de Optum Idaho y averiguar si son adecuados para usted, comuníquese con la Línea de Crisis y Acceso para Miembros de Optum Idaho al 1-855-202-0973; TDD/TTY, marque 711.

Psych Hub

Una Nueva Manera de Aprender sobre Salud Mental

¿Tiene preguntas sobre problemas de salud mental que se relacionan con usted, un miembro de su familia o un amigo?

¿Desea obtener más información sobre algunos temas para poder tomar decisiones informadas?

Ahora puede profundizar en los temas de salud mental que son importantes para usted en Psych Hub (Centro sobre Psicología), una nueva sección del sitio de Internet de Optum Idaho que tiene todo tipo de videos cortos sobre salud mental y bienestar.

En estos videos cortos de Psych Hub, escuchará historias personales, conocerá los síntomas frecuentes y aprenderá cómo el tratamiento puede ayudar a recuperar la salud y el bienestar.

Algunos de los temas sobre los que puede aprender incluyen:

- Trastornos del sueño
- Ataques de pánico
- Depresión
- Diferentes tipos de terapia
- Adicción a los opiáceos
- Prevención del suicidio
- Y muchos más

Para acceder a la sección Psych Hub, visite www.optumidaho.com, haga clic en "For Members" (Para Miembros) y luego haga clic en "Psych Hub".

¿Es nuevo en Medicaid?

Lo que Debería Saber sobre el Plan de Salud Mental de Idaho

El Plan de Salud Mental de Idaho

Optum Idaho administra servicios de salud mental para pacientes ambulatorios para los miembros de Medicaid de Idaho que están inscritos en el Plan de Salud Mental de Idaho (Idaho Behavioral Health Plan, IBHP).

Independientemente de que usted sea miembro de Medicaid o que haya comenzado a ser elegible recientemente, estamos a su disposición para ayudarle a encontrar servicios y proveedores de salud mental. Los servicios son para adultos, así como para jóvenes, incluidos quienes son elegibles para el Programa Youth Empowerment Services (YES).

Salud mental incluye todo: desde depresión hasta trastornos por consumo de sustancias y crisis emocionales. Nadie tiene por qué sufrir solo o no recibir ayuda.

Iniciemos la conversación sobre salud mental.

Es normal pedir ayuda. La salud mental es tan importante como la salud física y merece la misma atención que la salud física.

Los proveedores de Optum ofrecen servicios y tratamientos que pueden ayudarle a recuperar el bienestar mental que puede afectar a todos los aspectos de su vida.

No se necesita una referencia o aprobación para consultar a un proveedor dental.



Departamento de Servicios a los Miembros de Optum Idaho

La Línea de Crisis y Acceso para Miembros de Optum Idaho (1-855-202-0973 o TDD/TTY al 711) puede responder preguntas o darle información sobre:

- Membresía: ¿Puede recibir servicios administrados por Optum?
- La elección de un proveedor de atención de salud mental
- Sus derechos y responsabilidades
- Cómo encontrar especialistas y otros proveedores
- Servicios cubiertos
- Cómo cambiar de proveedores
- Cómo presentar una queja o apelación
- Cómo obtener un intérprete
- Otras preguntas

La cantidad y duración de los servicios prestados se basará en sus necesidades individuales y en su necesidad por razones médicas. Los servicios se pueden ofrecer en el consultorio de un proveedor, en su hogar o en la comunidad.

Algunos servicios necesitan autorización previa. Esto significa que su proveedor debe comunicarse con nosotros y recibir aprobación, antes de prestarle el servicio.

Para obtener más información sobre sus servicios, derechos y responsabilidades, así como otra información importante, puede revisar su Manual para Miembros o visitar: Optumidaho.com, haga clic en "Language" (Idioma) > Español > Miembros y Familias > Centro de Recursos > Manual para Miembros. También puede llamar a la Línea de Crisis y Acceso para Miembros para solicitar un manual.

Programa Youth Empowerment Services (YES)

El sistema de atención para la salud mental de menores de Idaho

El sistema de atención YES incluye servicios y apoyo para familias que necesitan atención para su hijo con trastorno emocional grave (serious emotional disturbance, SED).

Una persona con trastorno emocional grave se define como un menor de 18 años diagnosticado con condición de salud mental y limitaciones funcionales según lo determinado por la evaluación de Necesidades y Fortalezas de Niños y Adolescentes (Child & Adolescent Needs and Strengths, CANS).

YES usa un abordaje en equipo centrado en la familia y enfocado en las necesidades y fortalezas para la identificación, la planificación del tratamiento y la implementación de la atención.

Para obtener más información sobre el Sistema de Atención YES, visite www.yes.idaho.gov

Los Principios de Atención de YES

Los Principios de Atención son 11 valores que se aplican en todas las áreas del programa Youth Empowerment Services (YES). Estos 11 Principios abarcan al tratamiento en su totalidad.

Los 11 Principios son:

1) Atención centrada en la familia: hace énfasis en las fortalezas y los recursos de cada familia.

2) Voz y voto del joven y de su familia: da prioridad a las preferencias del joven y de su familia en todas las etapas de atención.

3) Atención basada en las fortalezas: identifica y desarrolla las fortalezas para mejorar el funcionamiento.

4) Atención individualizada: personaliza la atención específicamente para cada joven y familia.

5) Trabajo en equipo: reúne al joven, la familia y las personas de apoyo informales con profesionales para identificar las fortalezas y necesidades del joven y de la familia, y para crear, implementar y modificar un plan de atención coordinada.

6) Variedad de servicios comunitarios: presta servicios locales en un lugar elegido por el joven y su familia.

7) Colaboración: reúne a las familias, las personas de apoyo informales, los proveedores y las

agencias para alcanzar metas identificadas.

8) Atención incondicional: se compromete a alcanzar las metas del plan de atención coordinada.

9) Atención culturalmente competente: tiene en cuenta las necesidades y preferencias particulares de la familia.

10) Identificación e intervención temprana: evalúa la salud mental de forma temprana y brinda acceso a servicios y apoyo apenas se identifica la necesidad.

11) Atención basada en resultados: contiene metas mensurables para evaluar el cambio.





Los seis componentes del Modelo de Práctica YES son:

1) **Vínculo:** La base para desarrollar confianza y una relación mutuamente beneficiosa entre el joven, la familia y los proveedores de servicios. Los proveedores deberían comunicar que creen en la capacidad de la familia para tener éxito y que escuchan al joven y a su familia sin juzgar ni adoptar una actitud defensiva.

2) **Evaluación:** Permite conocer a fondo las fortalezas disponibles, las necesidades subyacentes, las limitaciones funcionales, las preocupaciones específicas de salud mental y los factores de riesgo. Los evaluadores deben reconocer que los jóvenes y las familias son los expertos en su propia experiencia y valorar su opinión.

3) **Planificación e implementación de la atención:** Proceso que consiste en determinar la gama de servicios que atenderán

apropiadamente las fortalezas y necesidades individualizadas del joven y su familia.

4) **Trabajo en equipo:** Proceso que consiste en reunir a las personas de apoyo formales e informales que se comprometen a ayudar al joven y a su familia a alcanzar sus metas de tratamiento.

5) **Supervisión y adaptación:** Práctica que consiste en evaluar constantemente la efectividad del plan de atención y hacer ajustes cuando sea necesario. Algunos de los principios de esta práctica incluyen: nunca perder la fe en el joven y su familia, garantizar la seguridad y entender que las recaídas pueden reflejar un cambio en las necesidades, en vez de resistencia.

6) **Transición:** Proceso de cambio entre niveles de atención. La transición de un apoyo formal a uno más informal ocurre con el tiempo y se debería incluir en el plan de atención.

Liberty Healthcare

Liberty Healthcare realiza evaluaciones de salud mental independientes para determinar si un niño o adolescente tiene un trastorno emocional grave. Si actualmente es elegible para Medicaid, se requiere esta determinación únicamente si usted solicita Cuidado de Alivio a través del Programa YES.

Si usted tiene interés en el Programa YES, dé los siguientes pasos.

1) **Programe una evaluación** con Liberty Healthcare Corporation al 1-877-305-3469.

2) **Realice la evaluación.** Un representante de Liberty Healthcare Corporation se comunicará con usted para programar y realizar una evaluación. Después de la evaluación, Liberty Healthcare Corporation se comunicará con usted para informarle la determinación de trastorno emocional grave.

3) **Desarrolle un plan de servicios centrado en la persona.** Después de que se haya determinado que su hijo tiene un trastorno emocional grave que califica para el Programa YES, puede comunicarse con un Coordinador de la Atención Dirigida para crear un plan de servicios centrado en la persona.

4) **Busque un proveedor.** Comuníquese con la Línea de Crisis y Acceso para Miembros de Optum Idaho al 1-855-202-0973, TDD/TTY: 711 o visite www.optumidaho.com para buscar un proveedor de servicios de salud mental en su área.

Campaña *Start with Hello* 2020 Concientización sobre salud mental.

En 2019, más de dos mil personas participaron o usaron una muñequera verde como parte de la campaña *Start the Conversation, Stop the Stigma (Inicie la Conversación, Detenga el Estigma)* para la concientización sobre la salud mental.

Este año, la campaña se llama *Start with Hello (Comience por Decir Hola)*, porque así es realmente como se iniciaría cualquier conversación sobre salud mental.

Start with Hello es una campaña nacional. En Idaho, el Distrito Escolar de Madison ha adoptado esta campaña y Optum la implementará en otras escuelas y organizaciones comunitarias de todo el estado.

¿Cuándo ocurrirá esto?

Start with Hello es una campaña de 12 meses que tendrá diferentes áreas de interés para concientizar sobre una variedad de problemas que afectan a la salud mental. Las áreas de interés incluyen:

- Concientización sobre el Maltrato Infantil
- Concientización sobre Salud Mental
- Concientización sobre la Recuperación
- Concientización sobre la Violencia Intrafamiliar
- Concientización sobre Trastornos por Consumo de Sustancias
- Concientización sobre la Prevención del Suicidio

¿Cómo puede participar?

En 2020, Optum Idaho usará pegatinas y tarjetas brillantes con la leyenda *Start with Hello* para difundir el mensaje. Optum Idaho también creará otros artículos, como volantes, pósteres, carteles de mesa y mucho más.

Lo invitamos a compartir publicaciones en las redes sociales con historias sobre



sus experiencias de salud mental y lo que le ayuda a sentirse bien, mientras usa las pegatinas o sostiene las tarjetas y usa #mymentalhealthidaho y #startwithhelloidaho.

Este año, Optum Idaho invitará a empresas, cámaras de comercio, ciudades y municipios a participar junto con nuestros colaboradores y proveedores.

Están todos invitados a compartir fotos de su participación en una actividad de la campaña *Start with Hello*. Estas activida-

des pueden consistir en usar una pegatina y compartir fotos hasta hacer algo que le haga sentirse bien. Se invita a las empresas a compartir imágenes en sus pantallas gigantes con la frase *Start with Hello* o a compartir imágenes de pósteres con esta frase en sus vitrinas.

Hay un juego de herramientas disponible.

Optum Idaho tiene un juego de herramientas digital disponible para cualquier grupo, persona, empresa o comunidad que tenga interés en participar en esta campaña.

Este juego de herramientas ofrece una variedad de información para adaptar actividades a mayor o menor escala que satisfagan las necesidades de su comunidad u organización.

El juego de herramientas incluye algunos de los siguientes artículos:

- Pósteres y volantes digitales
- Proclamaciones de ejemplo
- Comunicados de prensa de ejemplo
- Publicaciones de Facebook de ejemplo
- Ideas de proyectos
- Más

Si desea obtener más información sobre la campaña *Start with Hello*, visite www.optumidaho.com

Para solicitar un juego de herramientas, pegatinas o tarjetas, envíe un correo electrónico a: idaho.communications@optum.com

Nondiscrimination Notice and Access to Communication Services

Optum does not discriminate on the basis of sex, age, race, color, national origin, or disability.

Free services are available to help you communicate with us. Such as, letters in other languages, or in other formats like large print. Or, you can ask for an interpreter. To ask for help, please call the toll-free number (855) 202-0973. TTY 711.

If you think you weren't treated fairly because of your sex, age, race, color, national origin, or disability, you can send a complaint to:

Optum Civil Rights Coordinator
11000 Optum Circle
Eden Prairie, MN 55344
Phone: 888-445-8745, TTY 711
Fax: 855-351-5495
Email: Optum_Civil_Rights@Optum.com

If you need help with your complaint, please call the toll-free number (855) 202-0973. TTY 711. You must send the complaint within 60 days of when you found out about the issue.

You can also file a complaint with the U.S. Dept. of Health and Human Services.

Online <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Phone: Toll-free 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Mail: U.S. Dept. of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building Washington, D.C. 20201

Language Assistance Services and Alternate Formats

This information is available in other formats like large print. To ask for another format, please call the toll-free number (855) 202-0973. TTY 711.

You have the right to get help and information in your language at no cost. To request an interpreter, call 1-855-202-0973.

Spanish/ Español: Tiene derecho a obtener ayuda e información en su idioma sin costo alguno. Para solicitar un intérprete, llame al 1-855-202-0973.

Chinese/ 中文: 您有權利免費以您的語言得到幫助和訊息。如需洽詢一位口譯員，請撥電話 1-855-202-0973。

Serbo-Croatian/ srpskohrvatski: Imate pravo da besplatno dobijete pomoć i informacije na Vašem jeziku. Da biste zatražili prevodioca, nazovite 1-855-202-0973.

Korean/ 한국어: 귀하는 도움과 정보를 귀하의 언어로 비용 부담없이 얻을 수 있는 권리가 있습니다. 통역사를 요청하기 위해서는 1-855-202-0973번으로 전화하십시오.

[Language Assistance Services and Alternate Formats, continued]

Vietnamese/ Tiếng Việt: Quý vị có quyền được giúp đỡ và cấp thông tin bằng ngôn ngữ của quý vị miễn phí. Để yêu cầu được thông dịch viên giúp đỡ, vui lòng gọi 1-855-202-0973.

Arabic/ عربي:

لك الحق في الحصول على المساعدة والمعلومات بلغتك دون تحمل أي تكلفة. لطلب مترجم فوري، اتصل بالرقم 1-855-202-0973.

German/ Deutsche: Sie haben das Recht, kostenlose Hilfe und Informationen in Ihrer Sprache zu erhalten. Um einen Dolmetscher anzufordern, rufen Sie die Nummer 1-855-202-0973.

Tagalog/ Tagalog: May karapatan kang makatanggap ng tulong at impormasyon sa iyong wika nang walang bayad. Upang humiling ng tagasalin, tumawag sa 1-855-202-0973.

Russian/ Русский: Вы имеете право на бесплатное получение помощи и информации на вашем языке. Чтобы подать запрос переводчика позвоните по телефону 1-855-202-0973.

French/ Français: Vous avez le droit d'obtenir gratuitement de l'aide et des renseignements dans votre langue. Pour demander à parler à un interprète, appelez le 1-855-202-0973.

Japanese/ 日本語: ご希望の言語でサポートを受けたり、情報を入力したりすることができます。料金はかかりません。通訳をご希望の場合は、1-855-202-0973までお電話ください。

Romanian/ Română: Aveți dreptul de a obține gratuit ajutor și informații în limba dumneavoastră. Pentru a cere un interpret, sunați la 1-855-202-0973.

Sudan/ Sudani (Ikirundi): Urafise uburenganzira bwo kuronka ubufasha n'amakuru mu rurimi gwawe ku buntu. Kugira usabe umusobanuzi, hamagara 1-855-202-0973.

Persian/Farsi/ سیسراف:

شما حق دارید که کمک و اطلاعات به زبان خود را به طور رایگان دریافت نمایید. برای درخواست مترجم شفاهی با شماره 1-855-202-0973 تماس حاصل نمایید.

Ukrainian/ Українська: У Вас є право отримати безкоштовну допомогу та інформацію на Вашій рідній мові. Щоб подати запит про надання послуг перекладача, задзвоніть на 1-855-202-0973.

Haitian/ Kreyòl: Ou gen dwa pou jwenn èd ak enfòmasyon nan lang natifnatal ou gratis. Pou mande yon entèprèt, rele nimewo 1-855-202-0973.

Hindi/ हिंदी:

आप के पास अपनी भाषा में सहायता एवं जानकारी निःशुल्क प्राप्त करने का अधिकार है। दुभाषिए के लिए 1-855-202-0973 पर फ़ोन करें।

Portuguese/ Português: Você tem o direito de obter ajuda e informação em seu idioma e sem custos. Para solicitar um intérprete, ligue para 1-855-202-0973.

Nepali/ नेपाली: तपाईंले आफ्नो भाषामा निःशुल्क सहयोग र जानकारी प्राप्त गर्ने अधिकार छ। दोभासे अनुरोध गर्नको लागि, 1-855-202-0973 मा कल गर्नुहोस्।



OPTUM[®]

322 W. Front Street
Suite 400
Boise, ID 83702-7370

W